

U KBC-u Zagreb po?eo je s radom Centar za debljinu, u ?ijem timu ?e sudjelovati razli?iti stru?njaci od endokrinologa do radiologa, nutricionista i psihijatar. Najzaslu?niji za otvaranje su: dr. Boris Vuceli?, dr. Kristina Poto?ki, ravnatelj Rebra prof. ?eljko Reiner i pro?elnik dr. Mirko Kor?i?. U Centru ?e tako?er raditi endokrinolozi dr. Jozo Jel?i? i dr. Maja Bareti?, a sura?ivat ?e i s pedijatrijskom ambulantom za debljinu. Pacijenti se primaju s uputnicom za endokrinologa.</p><p>Zabrinjavaju?e debljanje</p><p>Podaci koje je izradio Hrvatski zavod za javno zdravstvo za 2008.g., pokazuju da? 63% mu?karaca i 54% ?ena ima prekomjernu te?inu, a pretilo je podjednako 20% mu?karaca i ?ena. Jo? vi?e zabrinjava podatak o stalnom porastu prekomjerne te?ine kod djece. Danas je u Hrvatskoj ve? 12% djece (osnovno?kolci) s prekomjernom te?inom, a procjenjuje se da je od toga 5% pretilo, ?to i ne iznena?uje s obzirom na to da se tjelesnom aktivno?u bavi samo 31% djece u dobi od 11 do 15 godina. Globalno, Hrvatska se ubraja u ?debele nacije?, te smo se time ?izjedna?ili s Europom". U Europi smo ukupno na 5. mjestu. Ispred nas su Malta, Gr?ka, Turska i Engleska. Po prekomjernoj te?ini prema spolu Hrvatice su na 3., a Hrvati na 4. mjestu. U cijelom svijetu, izme?u obra?enih 194 zemalja svijeta mi smo na 71. mjestu.</p><p>Stru?ni nadzor pacijenta</p><p>"Debljina je kroni?na bolest, a debeli ljudi nisu krivi za nju" ka?e prof.dr.sc. Mirko Kor?i?, pro?elnik Zavoda za endokrinologiju, "glavni razlog debljanja je konzumacija hrane koja sadr?ava vi?e energije od one koja se potro?i u dnevnoj aktivnosti. Vi?ak se energije posprema u obliku masti, a tijekom duljeg vremenskog razdoblja ?ak i minimalne dnevne razlike izme?u unesene i potro?ene energije rezultiraju ozbiljnim stupnjem debljine. Najnovija neurobiolo?ka istra?ivanja pokazala su da je mozak glavni regulator tjelesne te?ine te da je osnovni razlog debljanja neuskla?enost rada autonomnog i limbi?kog centra.</p><p>Centar za autonomnu kontrolu unosa hrane, odnosno apetit, nalazi se u hipotalamusu. Hipotalamus nakon prejedanja smanjuje apetit i pove?ava energetska potro?nju tijela kako bi koli?ina masnog tkiva ostala nepromijenjena, a nakon razdoblja gladovanja djeluje suprotno: pove?ava apetiti i smanjuje energetska potro?nju tijela, odnosno odr?ava koli?ine masnih zaliha. Hrana, me?utim, nije samo izvor energije, ve? ima i funkciju nagrade te stvaranja zadovoljstva tako da se nalazi u limbi?kom sustavu mozga. Razni poreme?aji limbi?kog sustava, a prvenstveno poreme?aji funkcije ?iv?anih prijenosnika mogu imati za posljedicu poreme?enu kontrolu unosa i potro?nje energije u organizmu.</p><p>Debljina ne ?tedi ni jedan sustav u organizmu, a najopasniji je visceralni tip debljine, kad se masno tkivo nakuplja u truhu. Taj tip debljine uzrokuje metaboli?ki sindrom, ?e?ernu bolest, poreme?aj metabolizma lipida te aterosklerozi s ozbiljnim i smrtonosnim komplikacijama kao ?to su mo?dani i sr?ani udar. Ozbiljne komplikacije debljine su masna jetra i ?u?ni kamenci, a s debljinom su povezani i maligni tumoridojke, ?u?nog mjehura, crijeva i maternice. Debeli ljudi pate i od degenerativnih bolesti zglobova, jer se zbog velike tjelesne te?ine o?te?uju sko?ni, koljeni i zglob kuka uz bolove u kralje?nici. Bolesnici s vremenom postaju gotovo nepokretni, ?to dodatno pospje?uju debljanje. Budu?i da je debljina kroni?na bolest, lije?enje je dugotrajno.</p><p>Opasne restriktivne dijeta</p><p>Puno je manji problem smanjiti tjelesnu nego trajnu zadr?ati smanjenu tjelesnu te?inu, jer bolesnici ne mogu kontrolirati koli?inu svojih masnih zaliha budu?i da njihovi centri kontrole energetskog unosa i

potrošnje ne funkcioniraju. Zbog toga ne za?u?uje to popularne dijete i pove?anje tjelesne aktivnosti daju dugoro?no slabe rezultate. Popularne su dijete uglavnom vrlo restriktivne, a jednoli?na hrana ubzoda dojadi bolesniku koji se potom vra?a svojim lošim prehranbenim navikama. Jako restriktivne dijete mogu biti i opasne jer se uz nagli gubitak masnih zaliha troše i bjelan?evine vitalnih organa i mišića, pa može nastati i fatalna sr?ana aritmija.

Današnje je stajalište da dijete treba biti to raznovrsnija, prilago?ena bolesnikovim navikama, a energetska vrijednost dijetalne prehrane mora biti **manja za 500 kcal od dnevnih energetskih potreba** organizma. Uz takvu dijetu prosje?no se gubi 0,5 kg tjedno, odnosno do **2 kg mjese?no**. Cilj lije?enja debljine je smanjiti tjelesnu tešinu bolesnika za 5 do 10% u 6 mjeseci do godinu dana lije?enja, a to znatno smanjuje zdravstvene rizike debljine.

Dijagnostika i lije?enje

Prije po?etka terapije treba provesti dijagnosti?ke postupke, pa tako i radiološke metode od kojih su najzna?ajnije denzitometrija, ultrazvuk, kompjuterska tomografija i magnetska rezonancija. Pacijenti ?e uz stru?ni nadzor dobiti i osobni plan prehrane i tjelovježbe sukladno životnoj dobi, kondiciji i zdravstvenom stanju, a ako lije?nik smatra potrebnim, terapija ?e uklju?iti i lijekove (**Xenical** i **Reductil**), ali i kirurške zahvate. Navedeni lijekovi pored smanjivanja tjelesne težine, poboljšavaju regulaciju glukoze i lipida u krvi i time smanjuju rizik razvoja komplikacija bolesti srca i krvotoka.

Kontraindikacije:

- trudno?a i dojenje**
- anoreksia neurosa**
- bulimia**
- depresija**
- hipertenzija**
- hipertireoza**
- hipertrofija prostate**
- glaukom**

Nuspojave:

- glavobolja**
- nesanica**
- vrtočlavica**
- opstipacija**

Sastav pakovanja

su tablete od 10mg i 15mg. Uzima se jedna tableta dnevno, ujutro prije obroka tijekom 3-6 mjeseci. Prije uzimanja potrebno je savjetovati se s liječnikom.

<p>Debljina i rizici</p> <p> smanjenje tjelesne težine za 4,5 kilograma snižava ukupni kolesterol za 16 posto, a povećava dobar kolesterol za 18 posto</p> <p> optimalna težina (ITM manji od 25) u odnosu na visinu i spol smanjuje ukupnu smrtnost za 20 posto, kardiovaskularnu smrtnost za devet posto, a smrtnost od dijabetesa za 44 posto</p> <p> indeks mase veći od 25 povećava rizik od raka dojke za 20 do 40 posto</p>
--

KBC Rebro

Kištati?eva 12

Zagreb

tel 01/23 88 888

www.kbc-zagreb.hr/

Vezano:

[Reductil povučen sa tržišta](http://www.kbc-zagreb.hr/medicina/635-reductil-povucen-sa-trzista.html)

[facebook](http://www.facebook.com/home.php#/pages/Medikushr/123650932927)

[youtube](http://www.youtube.com/medikushr)